



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## Detailauswertung

### Schwager, Martin

Verein: Greußen  
Startnummer: 368

Strecke: 10,00 km  
Köstritzer Lauf

Kategorie:  
Männer M20

Gesamt-Zeit: 46:27

Geschwindigkeit: 12,92 km/h  
Laufleistung: 4:38 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 81 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 79 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 28(von 32)

Bestzeit in der Kategorie: 31:30

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Runde 1	1,29	5:47	4:28	28	1:54	86	4:40	1,29	5:47	4:28	6	1:40	93	1:14
Runde 2	2.075,00	9:28	0:00	27	3:39	82	6:39	2.076,29	15:15	0:00	6	5:19	93	4:42
Runde 3	2.075,00	9:41	0:00	26	5:20	77	6:41	4.151,29	24:56	0:00	6	10:39	93	7:23
Runde 4	2.075,00	9:53	0:00	27	9:25	78	9:25	6.226,29	34:49	0:00	6	20:04	27	10:16
Runde 5	2.075,00	9:48	0:00	24	3:18	70	5:48	8.301,29	44:37	0:00	6	19:52	91	8:04
Letzte Runde Ziel	411,00	1:50	0:00	25	0:31	54	0:31	10,00	46:27	4:38	28	14:57	79	14:57